№. 28. Waszawa 13 Lipca 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5 Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń: Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop. Na innych stronicach 20 kop Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Dr. Luster — Kraków.

Kilka słów w kwestyi reformy stroju kobiecego.

(*Dalszy ciąg*).

Poprzednio wykazaliśmy, że zwężenie w pasie sprowadza w pierwszym rzędzie przemieszczenie narządów w jamie brzusznej ku dołowi. Naturalnym wynikiem takiego stanu rzeczy jest ucisk na narządy, mieszczące się w miednicy, a w szczególności na narządy rodne: jajniki, przewody jajnikowe i macicę.

Każdy narząd, stale uciskany, ulega z czasem zwyrodnieniu, a w końcu zanikowi. Tak też dzieje się często z jajnikami, i stąd to tłomaczy się coraz częściej zdarzająca się bezpłodność u kobiet. Dodać należy, że bezpłodność (oprócz wielu innych przyczyn) bywa nieraz następstwem ugniecenia przewodów jajnikowych, którędy odbywa swą podróż jajko do macicy.

Poważniejsze zmiany spostrzegamy w samej macicy. Z powodu odcięcia—potrzebnego do jej rozwoju — dowozu krwi, oraz ucisku, doznaje macica przeszkody w normalnym swym rozwoju, a wówczas odpowiada niedokształtem wielkości narządu tego u dziecka. Zrozumie każdy, że w tak niedokształconej macicy o normalnym rozwoju płodu niema mowy. Stąd też pochodzą poronienia już w pierwszym, częściej w drugim miesiącu ciąży, lub niemożność zastąpienia w ogólności.

Jeśli zaś, mimo wszystko, macica zdoła się rozwinąć, natenczas warunkuje ucisk innych narządów na nią jej pochylenie, lub silne skrzywienie.

Wzmiankowane ostatnio przypadłości dają powód do tak często dziś obserwowanych bólów podczas miesięcznych przemian fizyologicznych, z powodu ścieśnionej drogi dla odpływu krwi.

Wśród takich warunków jest również wysoce utrudnione zapłodnienie, albowiem plennik nie może się przedostać do macicy.

Bywały też przypadki wypadnięcia macicy przez pochwę macicy na zewnątrz, a nawet wynicowania pochwy.

W dzisiejszych trudnych warunkach bytu powita większa część kobiet z zadowoleniem powyższe uwagi, przypisując gorsetowi znaczenie środka przeciw zapłodnieniu. Wszelako tego nie powinno się przyjmować jako regułę, a powtóre uwzględnić należy szereg ciężkich przypadłości, na które narażona jest kobieta, gdy się nabawi choroby w narządach płciowych.

Schorzenia narządów płciowych u kobiet, wywołane dzisiejszem ubraniem, są tak liczne, iż wyliczenie ich zajęłoby dużo czasu i miejsca, co mogłoby znużyć czytelnika, a nawet wywołać podejrzenie przesady. Poprzestaniemy zatem na wymienionych przypadłościach, odsyłając ciekawszych czytelników do obfitej literatury w tym przedmiocie, jaką zasiliły powagi naukowe półki księgarskie. Znamienne są wyniki badań jednego z wybitnych przedstawicieli nauki lekarskiej, według których 120 chorych pozostaje w związku przyczynowym z dzisiejszem nieracyonalnem ubraniem.

Niechaj te pobieżne uwagi wyjaśnią kobiecie przyczynę, dlaczego lekarze zajęli tak nieprzyjazne stanowisko wobec akcesoryów niedorzecznej mody; niechaj wie, dlaczego w walce o byt nie potrafi dorównać mężczyźnie, oraz, w czem szukać powinna przyczyny zagłady macierzyństwa i... kalectwa.

Na te wszystkie przykrości naraża się kobieta, byle tylko znaleść wielbiciela jej rzekomo pięknej budowy ciała, w którem tkwią zarodki poważnych cierpień, lub już rozwinięte choroby.

Zanim nas posądzicie o przesadę, przejrzyjcie protokóły sanitarne w urzędach, a przekonacie się, że na jeden dzień niedyspozycyi mężczyzny przypada 30, opuszczonych w urzędowaniu przez kobiety. Cyfry te nie wymagają chyba komentarzy; one niezbicie dowodzą niezdolności dzisiejszej kobiety do fizycznego współzawodnictwa z mężczyzną, aczkolwiek ma wszelkie dane z natury i prawa do ubiegania się o równouprawnienie.

Emancypacyę należy rozpocząć od wyswobodzenia ciała z kajdan, aby mieć siły i swobodę do wzlotu w sfery upragnionych marzeń i ideałów.

In corpore sano mens sana, a — w odniesieniu do omawianej kwestyi — śmiało rzec można: w ścieśnionem ciele... ciasnota umysłu.

Mimowoli nasuwa się uwaga, że mózg w organizmie o podwiązanych niejako arteryach, nie może normalnie funkcyonować. Stąd to pochodzi ów brak krytycyzmu, silnej woli, stanowczości i zdolności do pogłębiania umysłu w zawilszych kwestyach naukowych u większości kobiet, aczkolwiek mózg ich tak budową anatomiczną, jak i funkcyami fizyologicznemi nie różni się niemal od mózgu mężczyzny.

Tak tedy wyrodnieje kobieta fizycznie i umysłowo i to li tylko dlatego, iż żadna nie chce być pier-

wszą, któraby wyzwoliła się z jarzma gniotącej ją mody. Byłby już wielki czas, aby w ruchu kobiecym, uświadamiającym dziś ogół w kierunku społecznym, ekonomicznym i etycznym, zajęła hygiena, a w szczególności reforma ubrania kobiecego, wybitne miejsce.

Wszak nic łatwiejszego jak zorganizować się w towarzystwo, w celu zwalczania dzisiejszego stroju, bądź drogą odczytów, publikacyi i ankiet w pismach, bądź też zakładaniem magazynów, poświęconych wyłącznie reformowym strojom. Naturalnie, że członkinie takiego związku musiałyby się solidarnie zobowiązać przykładem zachęcać ogół kobiet do zrzucenia z siebie jarzma, prowadzącego do zupełnego zwyrodnienia płci pięknej. Wówczas dopiero byłby cel osiągnięty, a niedaleka przyszłość przekonałaby nas o zbawiennych rezultatach walki, podjętej w sprawie bytu przyszłych pokoleń.

Tak przedstawia się kwestya powolnego karłowacenia fizycznego kobiety pod wpływem niewinnego na pozór ubrania, którem ona posługuje się w przekonaniu, iż osiągnie budowę ciała, zbliżoną do idealnego typu, niepomna faktu, iż typ ten jest wysoce nienaturalny i nieestetyczny.

W następnym numerze omówimy zniekształcenie budowy ciała, jako następstwo nieracyonalnego stroju.

(*D. c. n.*)

Morze jako czynnik hygieniczny i kosmetyczny.

W szeregu czynników leczniczych *fizycznych* morze odgrywa rolę wybitną, albowiem kąpiele morskie oddają prawie zawsze wielkie usługi znacznej liczbie chorych, którzy corocznie tam podążają, dla spędzenia kilku miesięcy nad brzegiem morskim.

Ścisłe i wszechstronne badania naukowe, poparte licznemi doświadczeniami, ścisłe wskazania i przeciwwskazania lecznicze—wszystko to w dobie obecnej zostało ujęte w pewien system naukowy, to też conajmniej nierozsądnem musi wydawać się panujące wśród laików mniemanie, iż morze jest środkiem lecznicym indyfferentnym, że morskich kąpieli można używać podług swego widzimisię, i że jedynem wskazaniem dla nich jest .. moda(!!). Ta okoliczność skłoniła mnie do ścisłego zestawienia tego wszystkiego, co da się powiedzieć o morzu, jako o czynniku hygienicznym i kosmetycznym.

Na znaczenie morza jako środka leczniczego składają się 3 momenty: 1) ciepłota wody morskiej, 2) siła fali, 3) skład chemiczny zawartych w morskiej wodzie soli mineralnych; prócz tego wybitną rolę odgrywa morskie powietrze, napływające z kolosalnych przestrzeni.

Dokąd jechać na lato?

III.

Ciechocinek.

Tyle się pisze i mówi o Ciechocinku, iż zdawałoby się, że już nic nowego o nim powiedzieć nie można. Wskazania do kuracji Ciechocińskiej są już tak ogółowi znane, że chorzy bardzo często udają się tam, nie poradziwszy się nawet lekarza, co się zaś tyczy dzieci, to utarło się nawet zdanie nie tylko wśród laików, ale i lekarzy, że: *„niema dziecka, któreby nie potrzebowało kuracji Ciechocińskiej“*.

Zobaczmy, o ile zdanie takie jest słuszne. Kuracja Ciechocińska ma swoje ścisłe i liczne wskazania. Ciechocinek jest miejscowością kuracyjną pierwszorzędną, w stylu europejskim, zdobywającą sobie z każdym rokiem coraz większe uznanie nie tylko w kraju, lecz i zagranicą. Mimo to nie nazwiemy Ciechocinka zdrojowiskiem *uniwersalnem*: sławę europejską zawdzięcza wyłącznie swoim kąpielom solankowym i błotnym, te zaś wskazane są przeważnie tylko: 1) w chorobach kobiecych, 2) zołzach (skrofuły), 3) krzywicy (rachitis), 4) gruźlicy stawów u dzieci i w 5) reumatyzmie.

Zaczniemy przegląd od kąpieli *błotnych*, czyli t. zw. borowinowych (Moorbäder). Kąpiel taką przyrządza się w ten sposób, iż do gorącej solanki dodaje się określoną ilość mułu mineralnego, aż do otrzymania gęstej masy o wysokiej ciepłocie, (zazwyczaj 32—34° R). Ta wysoka ciepłota jest właśnie owym czynnikiem leczniczym, działającym tak zbawiennie w wielu sprawach chorobowych, jak reumatyzm, artretyzm, ischias, choroby kobiece (wysięki) etc. Skład chemiczny borowiny nie odgrywa prawie żadnej, względnie bardzo małą rolę w sprawie leczenia. Po zanurzeniu się do takiej kąpieli chory uczuwa w całem ciele przyjemne jednostajne ciepło; bóle ustępują; oddychanie staje się miarowem i głębszem, i tętno bywa przyspieszonem. Jestto t. zw. reakcja ustroju. Po kilkunastu takich kąpielach ulegają wessaniu wysięki zapalne, a wraz z niemi znikają doktliwe bóle. Taki sam zbawienny skutek wywierają kąpiele błotne u dzieci przy *rozpoczynającej się gruźlicy stawów*. Na tę okoliczność rodzice powinni baczną zwrócić uwagę, gdyż gruźlica stawów zniekształca wybitnie kości i przylegające do nich mięśnie, warstwę tłuszczową oraz skórę; rozpoczynające się objawy tej choroby są bardzo niewyraźne; w większości przypadków *objektywnie* nic stwierdzić się nie daje, naprowadzić mogą jedynie na domysł uskarżanie się dziecka na ból w nodze lub w krzyżu.

Zanim przystąpię do właściwego omówienia leczniczej wartości morza, poświęcę słów kilka jego własnościom fizycznym.

Woda morska jest, jak wiadomo, niezwykle przezroczystą, ma kolor zielono-niebieskawy, zapach charakterystyczny, przypominający zapach bromu i jodu i zależny od zawartych w niej składników organicznych (roślin i żyjątek morskich, jak naprz. meduzy), smak gorzko słony i ostry (zależny od soli), wysoki ciężar gatunkowy i niezwykłą *miękkość* (wskutek obfitego śluzu morskiego). Co się tyczy t⁰ wody morskiej, to należy zauważyć, iż wskutek słabego przewodzenia ciepła tej ostatniej — kolosalna powierzchnia morza nagrzewa się powoli, lecz wzamian za to zatrzymuje na czas dłuższy pochłonięte ciepło, a następnie przez parowanie nagrzewa stykające się z nią powietrze.

Porównawczy rzut oka na *ciepłotę* różnych mórz europejskich przekonywa, iż największą ciepłotę posiada Morze Śródziemne, gdzie przeciętna t⁰ letnia wynosi 22,5⁰ — 27,0 C.; Morze Niemieckie i Ocean Atlantycki mają 20⁰ — 23,0, a Baltyckie tylko — 15—17,8⁰. Ta niejednakowość tłomaczy nam, dlaczego w północnych miejscowościach morskich właściwy sezon kąpielowy rozpoczyna się dopiero w połowie lipca, gdy tymczasem w południowych — w czerwcu i trwa do późnej jesieni.

Siła fali zależną jest od przypływów i odpływów morskich, wiatrów, właściwości samego morza i otaczającego je powietrza.

Najsilniejszą falą odznacza się Morze Niemieckie, najsłabszą — Śródziemne. Siła uderzenia działa jak masaż: podrażnia mechanicznie, a wywołując t. zw. „reakcję ciała“ — potęguje pracę mięśniową.

Co się tyczy składu *chemicznego*, to woda morska zawiera wielką ilość najrozmaitszych związków mineralnych i organicznych. Nie będę nużył czytelnika suchem wyliczaniem tychże, a powiem słów kilka o powietrzu morskiem.

Największa jego zaleta—iż jest wolnem od wszelkich bakterji i wyziewów, przepełniających zazwyczaj powietrze atmosferyczne stałego lądu; zawiera prócz tego dużo ozonu. Oto przyczyna główna, dlaczego morskie powietrze jest zdrowem, wzmacniającem i odżywiającem; bezwątpienia i pewna część soli, jaką się ono nasyca, działa również na organizm korzystnie, główną jednakże jego zaletą—powtarzam — jest idealna czystość.

Teraz rozpatrzymy fizyologiczne oraz terapeutyczne działanie wyżej wymienionych czynników.

Dzięki równomiernej ciepłocie powietrza morskiego i słabym wahaniom jego, przeziębienie w miejscowości morskiej jest zjawiskiem stosunkowo rzadszem, niż na stałym lądzie. Wysokie ciśnienie atmosferyczne wywiera znaczny wpływ na organizm, warunkując zwolnienie tętna i miarowe głębokie oddychanie. Stosunkowo znaczne prądy powietrzne, odejmując od ustroju ciepło umiarkowanie i miarowo, chronią ciało od upału, odświeżają i wzmacniają je. Największe jednak znaczenie ma dla nas duża zawartość wilgoci w powietrzu morskiem, wskutek czego skóra i płuca tracą stosunkowo mało wody; dzięki temu wzmaga się znacznie działalność nerek, co sprzyja prawidłowej przemianie materji.

Znaczna zawartość pary a po części i soli w powietrzu, działa pobudzająco na wydzielenie błon śluzowych, i kojąco na system nerwowy. Słowem, dodatni wpływ powietrza morskiego wyraża się w: 1) pobudzeniu przemiany materji, 2) powiększeniu apetytu, 3) polepszeniu snu, 4) unormowaniu krwiobiegu i 5) wzmocnieniu systemu mięśniowo-nerwowego.

Z tego wypływają liczne wskazania lecznicze co do korzystania z dobrodziejstw powietrza morskiego. Wskazania te są następujące:

1) zołzy i połączone z niemi różne dolegliwości, 2) krzywica (rachitis), 3) błednica, 4) niedokrwistość, 5) neurastenia, 6) niedomoga żołądka i jelit, 7) rozpoczynająca się niemoc płciowa, 8) niektóre choroby kobiece (nieprawidłowe miesiączkowanie), 9) moczociek, 10) histerja, 11) **migrena**, 12) neuralgie, 13) nerwice skóry.

Bardzo mało jest osób, które z powodu stanu zdrowia muszą sobie odmówić rozkoszy oddychania morskiem powietrzem. Te przeciwwskazania są łatwo zrozumiałe: wyżej zaznaczyłem, że klimat morski jest poniekąd środkiem tonizującym, a efekt wzmacniający możliwy jest tylko tam, gdzie narządy przemiany materji mogą jeszcze w stopniu dostatecznym i bez znacznego wysiłku reagować na bodźce zewnętrzne, wypływające z morskiego powietrza. Gdyby pobyt w

---

To też sprawy takiej lekceważyć nie wolno, bo gruźlica stawów nie leczona właściwie i w okresie początkowym — później nie ustępuje już pod wpływem najenergiczniejszego nawet leczenia, i dziecko zostaje kaleką na całe życie.

Solankowe kąpiele mają zastosowanie przeważnie u dzieci we wszystkich postaciach skrofułów a najwięcej wówczas, gdy zajęte są gruczoły i błony śluzowe). W chorobach kobiecych i przewlekłym reumatyzmie oddają takie kąpiele również doskonałe usługi.

Niektóre osoby, mające bardzo wrażliwą i skłonną do wyrzutów skórę—nie znoszą ani błotnych, ani solankowych kąpieli. Dla takich osób (oczywiście przy jednakowem wskazaniu leczniczem) właściwsze są kąpiele siarczane, o których pomówimy w numerze następnym.

Dr L. S.

miejscowości morskiej warunkowany był jedynie sprawą samego powietrza morskiego, to oczywiście można byłoby śmiało zalecać morze wszystkim niemal osobom, cierpiącym na choroby przewlekłe, ze względu jednak na pewne podrażniające własności klimatu morskiego, — nienaruszalność ważnych dla ustroju narządów jest *„conditio sine qua non“*. W takich wypadkach indywidualność odgrywa ważną rolę, to też sprawę ostatecznie powinien rozstrzygać tylko lekarz domowy. Do chorych, nie mogących korzystać z morskiego powietrza, zaliczyć należy przedewszystkiem: *piersiowych chorych, kaszlących od dłuższego czasu, z daleko posuniętą gruźlicą płuc, wrażliwych na ostrzejsze powietrze, dalej dotkniętych chronicznemi cierpieniami gardła, krtani, bardzo wrażliwych i nerwowych.*

Tyle w sprawie oddychania *powietrzem* morskiem, co się tyczy *kąpieli* morskich, to wskazania i przeciwwskazania są prawie te same z tem tylko zastrzeżeniem, iż nie wszyscy ci, którzy napawają się morskiem powietrzem, mogą bezkarnie używać morskich kąpieli. Nie wolno używać morskich kąpieli osobom, cierpiącym na:

1) małokrwistość i blednicę w **wyższym** stopniu;
2) gruźlicę płuc;
3) organiczne wady **serca** i tętnic oraz:
4) przy skłonności do *apopleksji*;
5) przy różnego rodzaju *wrzodach* i *nowotworach*;
6) przy nadmiernem osłabieniu;
7) **w okresie ciąży**;
8) przy upławach i wysiękach;
9) w chorobach *skórnych*, połączonych z *owrzodzeniami.*

Przeciwwskazane są również morskie kąpiele u osób w wieku podeszłym i u dzieci do 8-go roku życia.

Dr. W. M.

(*D. c. n.*).

Uwagi na czasie.

Puder i kąpiele siarczane.

Osoby, które przez lato brać będą kąpiele siarczane, powinny stanowczo zaprzestać pudrowania twarzy, ewentualnie nie używać pudrów o nieznanym składzie chemicznym; niektóre z takich pudrów (a przedewszystkiem drogie i t. zw. „pachnące“) zawierają przetwory metaliczne (cynk, bizmut, ołów). Cynk nadmiernie wysusza skórę, bizmut zaś i ołów zabarwiają cerę na kolor szaro-żółty, nie mówiąc już o szkodliwem działaniu na organizm. Zabarwienie takie najjaskrawiej występuje u osób, stosujących kąpiele siarczane. Wiemy, iż z wód siarczanych wydobywa się stale siarkowodór (w postaci gazu); gaz ten łączy się chciwie z metalami, zawartemi w pudrze, w następstwie czego powstają połączenia chemiczne o barwie ciemno-szarej.

Należy tedy podczas trwania kuracji siarczanej unikać stanowczo wszelkich pudrów; przed rozpoczęciem zaś zabiegów wytrzeć **starannie** (naprz. olejkiem migdałowym) twarz, w celu usunięcia *wszelkich* śladów pudru, gdyż najmniejsze cząsteczki jego, zatrzymując się w ujściach gruczołów, dają w następstwie czarne punkciki -- jako rezultat chemiczny połączenia siarki z metalem, zawartym w pudrze. Osoby, dla których używanie pudru stało się niejako nałogiem, którego żadną miarą pozbyć się nie mogą, jak również osoby, używające pudru „jedynie dla odświeżenia (!?) cery, najrozsądniej postąpią, jeżeli odświeżą twarz w ciągu dnia dobrą wodą kolońską lub preparatem, Boroxylem zwanym, który zdobył już sobie uznanie jako bardzo skuteczny i nieszkodliwy środek kosmetyczny, łączący w sobie znakomicie dwie własności: pudru i płynu toaletowego, gdyż pozostały, po ulotnieniu się płynu, proszek, roztarty za pomocą suchej waty, pokrywa równomiernie całą twarz warstwą drobniutkiego pyłu białego, nadającego cerze ową pożądaną matową białość.

Ukąszenia owadów.

Nieodłącznym atrybutem willegiatury są różne owady, których ukłucie bywa zawsze nieprzyjemne, często bolesne a niekiedy wprost niebezpieczne (naprz. ukąszenia pszczół). Leków, *gojących* powstałe, wskutek ukąszenia, plamy, obrzęk i ranki skóry, jest dużo, atoli ważniejszą jest rzeczą leczenie *zapobiegawcze.* Stosować należy środki, oddalające owady. Środków takich jest sporo, lecz wszystkie one mają tę niewygodną stronę, iż stosowane à la longue psują cerę.

Do nich należą naprzykład tak często stosowane: amoniak, spirytus mentolowy, wilgotne mydło (aż do wyschnięcia piany na skórze), pietruszka, chrzan, sok cebulowy a nawet chloroform.

Wszystkie te wyliczone środki są bardzo dobre, należy ich jednak używać tylko *doraźnie*; jako środek zapobiegawczy i nie psujący cery polecić mogę mycie twarzy i rąk w wodzie z octem lub w wodzie bzowej.

Ranki, powstałe wskutek ukłucia żądłem pszczoły, najlepiej goi spirytus kamforowy z dodatkiem kwasu karbolowego (1 : 100). Przed zastosowaniem tej mieszaniny należy wyszukać żądło owadu, które przy ukłuciu się złamało i posostało w maleńkiej rance; wyjąć je ostrożnie i wetrzeć w miejsce ukłute tę mieszaninę. Gdyby (co zdarzyć się może) przyłączył się lekki stan gorączkowy — można wziąć wewnątrz

salol (à 0.5, 2—3 proszki) lub łagodny środek przeczyszczający,

Potówki i „wyprzenie“.

W dniach upalnych występują bardzo często u dzieci i osób starszych, obdarzonych zwłaszcza nad mierną tuszą, t. zw. potówki.

Są to czerwone drobniutkie grudki i pęcherzyki, usadowione na skórze ciała i powodujące bardzo niemiłe swędzenie. Powstają one wskutek zatkania wylotów gruczołów potnych. Tak zw. wyprzenie“ dotyka te części ciała, których sąsiednie płaty skóry wzajem się ocierają. Jako *zapobiegawczy* środek przeciw tym przypadłościom zalecić można kąpiele rzeczne i morskie. O ile przypadłość już wystąpiła—najskuteczniej zwalcza się ją wodą kolońską, mydłem salolowem i pudrem tannoformowym. *Dr. St. S.*

Przepisy na różne środki.

Puder do odtłuszczenia zbyt tłustych i skłonnych do zlepiania się włosów.

Rp.

Amyli Oryzae 60,0
Acidi salicylici 6,0
Tannorformi 3,5

MDS. Wycierać włosy 2 razy na tydzień za pomocą waty.

Plaster na odciski i zgrubiena skóry.

Rp.

Acidi salicylici 30,0
Cerae flavae 25,0
Axungiae 10,0
Terpentini 8,0
Colophonii 20,0

MDS. Emplastrum.

Ocet toaletowy dla śniadej cery.

Rp.

Acidi acet. 5,0
Spir. camph. 4,0
Trae Benzoes 3,0
Olei Ligni Sant. 5,0
Spiritus vini 75,0

MDS. Łyżeczkę na miednicę wody.

Pasta, zastępująca puder.

Rp.

Talci veneti alcoh.
Spermaceti ā 5,0
Ol. amygd. dulc. 10,0
Cartamini 0,5

MDS. Pasta.

Woda chinowa na wzmocnienie włosów.

Rp.

Spiritus vini 100,0
Glycerini 50,0
Aquae destill. 200,0
„ colon. 10,0
Chinini tannici 0,5

MDS. Płyn do włosów.

Płyn, rozmiękczający i usuwający łupież.

Rp.

Olei Petrae rectif. 20,0
Olei Ricini 15,0
Olei amygd. 60,0

MDS. Do włosów.

J. S-ki.

Odpoiwedzi Redakcji.

P. Sawickiej. Przyrząd ten może Sz. Pani nabyć w Warszawie, w składzie szczotek Aleksandra Feista, Senatorska 24.

Nerwowemu. Działanie piramidonu jest jednakowe z działaniem antipyriny, z tą atoli różnicą, iż jest ono silniejsze i dłuższe. Oprócz wpływu na gorączkę piramidon odznacza się również własnościami kojącemi i pobudzającemi; podnieca czynność ośrodków kory mózgowej i zwiększa pobudliwość nerwów, pozatem zwęża naczynia krwionośne i przyspiesza czynność serca. Wobec tego użycie piramidonu przeciwwskazane jest we wszystkich stanach gorączkowych, przebiegających z przyspieszeniem tętna i znacznem podniesieniem ciśnienia krwi, więc: w chorobach serca i tętnic, w chorobach nerek i w gruźlicy płuc, podnosząc bowiem w znacznym stopniu ciśnienie, piramidon może spowodować krwotok płucny. Środka tego nie należy zażywać bez zalecenia lekarskiego.

Prenumeratorce w Kissingen. Tylko dentysta, po dokładnem zbadaniu.

„Czarnej perełce“ W Warszawie: Tow. Akc. H. Welt i L Spiess i Syn.

Mężatce. Nieszkodliwy.

P. R. w Ciechocinku. 1) Lichtmitin Krewela. 1) Zawiera ołów—szkodliwe.

Śniadej. Puder mitinowy.

P. J. K. w Kołobrzegu. 1) Krem mitinowy. 2) Woalka brunatna. 3) Nieszkodliwy.

P. B. w Ciechocinku. Uniwersalnego mydła do pielęgnowania cery twarzy niema, i zastosowanie odpowiedniego mydła do danej cery zależy od fizjologicznego stanu skóry, jej wrażliwości etc... (t. j. czy cera jest normalna, sucha lub tłusta). Po otrzymaniu dokładnych informacji w tym kierunku podamy chętnie rodzaj mydła, które u Sz. Pani wskazane będzie. Za słowa uznania dla naszej pracy serdecznie dziękujemy.

P. Milly S. w Kołobrzegu. 1) Dla Sz. Pani wskazany byłby bardzo masaż, połączony z elektryzacją. Zabiegi te, przy jednoczesnem stosowaniu morskich kąpieli, oddychaniu morskiem powietrzem, wśród hygienicznych warunków życia, pobudzą tkanki do żywszej przemiany materji, przez co odświeży i odmłodzi się cera. 2) Zawiera wodę utlenioną. 3) Zawiera rtęć—szkodliwe.

Zoppot № 5008. 1) Radzimy nie używać pudru, że jednak pudrowanie stało się u Pani nałogiem, zalecić możemy nieszkodliwy puder mitinowy. 2) Lichmitin Krewela.

Prenumeratorce w Landek. 1) „Eau de Juvence“ zawiera nadtlenek wodoru; jestto preparat nieszkodliwy, lecz bardzo drogi. 2) Należy przechowywać w miejscu ciemnem i chłodnem, gdyż od światła łatwo się psuje.

Artystce. 1) Białe kuleczki, osiadłe na włosach, można usunąć nacieraniem włosów octem (za pomocą waty).

2) Perhydrolmundwasser.

3) Raz dziennie.

Przyjaciółce „Kosmetyki“. 1) Rano i przed spaniem zmywać twarz ciepłą wodą i mydłem alkalicznem № 1. Przez noc zostawić na twarzy w miejscach, zajętych pryszczami, mieszaninę podług następującego przepisu:

Thigenoli „Roche“ 5,0
Spirytusu
Wody dest. po 15,0

Ropiejące pryszczyki należy wycisnąć, a po wyciśnięciu zmyć 3% wodą karbolową. Ani pudru ani maści żadnych używać nie wolno. 2) Blizny małe można wygładzić przyrządem do masowania twarzy. 3) Radykalnie tylko prądem elektrycznym.

P. Karolinie M. w Zakopanem. Prosimy o informacje dokładniejsze, mianowicie, czy skóra na głowie jest sucha, czy tłusta. 2) Zawiera rtęć—szkodliwe. 3) 10% rozczyn formaliny. 4) W numerze dzisiejszym.

Młodej mężatce. I) Przy stanie obecnym morskie kąpiele są przeciwwskazane. 2) Ciepłe kąpiele (nie gorące!) 3) Mydło od łupieżu. 4) Za słowa uznania serdecznie dziękujemy

Anemicznej. 1) Pigułki te zawierają arszenik. 2) Krynica. 3) Odrosną. 4) Masaż. 5) Woalka brunatna.

Anheli. 1) Pudru żadnego podczas stosowania mydła siarczanego używać nie wolno! 2) Lichtmitin Krewela.

Wątłej. Organizm należy forsownie pokrzepiać; kąpiele ciepłe 2—3 razy tygodniowo, po kąpieli nacierania ciała chłodną wodą z dodatkiem octu toaletowego; arszenik lub żelazo, podług wskazówek lekarza domowego. Miejscowo: myć głowę raz na dwa tygodnie w ciepłej wodzie i mydłem od łupieżu, vcierając pianę mydła w skórę głowy, Co 2 wieczór nacierać skórę na głowie niżej podanym płynem:

Rp.
Spiritus vini
Aquae ros. ā 100,0
Natrii carbonici 5,0
Trae Catharid. gtt. X.
MDS.

Zadowolonej i wdzięcznej. 1) Z prawdziwem zadowoleniem czytaliśmy list Sz. Pani; cieszy nas to bardzo, iż stosując się do rad i wskazówek, udzielanych w „Kosmetyce“, uzyskała Szanowna Pani w tak krótkim czasie gładką cerę. 2) Morskie kąpiele. 3) Woalka brunatna. 4) Perhydrolmundwasser. 5) Zawiera lapis.

Redaktor i Wydawca Dr. H. Zamenhof. Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36 46.